

## 論文内容の要約

論文名	Sleep Duration and the Risk of Future Lipid Profile Abnormalities in Middle-aged Men: The Kansai Healthcare Study 中年男性における睡眠時間と脂質異常症の発症リスク：関西ヘルスケアスタディ
氏名	衣畑 成紀
<p>【目的】睡眠時間と低 HDL コレステロール(HDL-C)血症、高トリグリセライド(TG)血症、高 LDL コレステロール(LDL-C)血症、高 non-HDL コレステロール血症、高総コレステロール(TC)血症との関係を6年間の前向きコホート研究で検討した。</p> <p>【方法】対象は40～55歳の男性で、糖尿病がなく、脂質降下剤を服用していない8766人のうち、低HDL-C血症の発症に関しては<math>HDL-C &lt; 40 \text{ mg/dL}</math>を除いた7627人である。同様に、高TG血症の発症に関しては<math>TG \geq 200 \text{ mg/dL}</math>を除いた6973人、高LDL-C血症の発症に関しては<math>LDL-C \geq 160 \text{ mg/dL}</math>を除いた7273人、高non-HDL-C血症の発症に関しては<math>non-HDL-C \geq 190 \text{ mg/dL}</math>を除いた7415人、高TC血症の発症に関しては<math>TC \geq 240 \text{ mg/dL}</math>を除いた7196人である。各脂質異常症の定義は、the Adult Treatment Panel III guidelines of the National Cholesterol Education Programに従った。睡眠時間は5時間未満、5～7時間、7時間以上の3群で検討した。解析にはCox比例ハザードモデルを用い、登録時の年齢、BMI、喫煙状況、飲酒量、運動習慣の有無、高血圧症の有無にて補正した。</p> <p>【結果】低HDL-C血症に関しては、37294人年の観察期間で1022人が発症し、1000人年あたりの発症率は、5時間未満、5～7時間、7時間以上で各々37.8、27.7、19.4であった。多変量補正後のハザード比は、5時間未満を対照とすると5～7時間では0.79(95%信頼区間0.64-0.97)、7時間以上では0.62(0.46-0.83)であった。同様に高TG血症に関しては、32363人年の観察期間で1473人が発症し、1000人年あたりの発症率は、5時間未満、5～7時間、7時間以上で各々59.6、44.1、47.3であった。多変量補正後のハザード比は、5時間未満を対照とすると5～7時間ではハザード比が0.81(0.68-0.98)、7時間以上では0.90(0.71-1.13)であった。睡眠時間は高LDL-C血症、高non-HDL-C血症、高TC血症の発症に関して有意な関係を示さなかった。</p> <p>【結論】中～長時間睡眠は短時間睡眠と比べ、低HDL-C血症と高TG血症の発症リスクを低下させた。</p>	